

Les Séniors sur la route !



***A** l'initiative de la Police de Comines-Warneton en collaboration avec la Commission communale des Ainés, deux conférences réservées au séniors sur le thème de la sécurité routière et des déplacements se sont déroulées à Comines et au Bizet devant un nombreux public (voir photo ci-dessous).*



***Parmi les thèmes abordés,** quelques exemples :*

1. ***Le piéton seul et en groupe** - place sur la voie publique ;*

2. ***A vélo** : équipement obligatoire, place du cycliste, mode d'emploi des pistes cyclables ;*

3. ***En voiture** : Rappels et nouveautés du code de la route - Limitations de vitesse et distances de sécurité - A quel âge faut-il s'arrêter de conduire ? (critères de santé et de vigilance) ;*

4. ***Etre passager en voiture et en cars** - port de la ceinture de sécurité….*

Ces dernières années, le mode de vie des séniors s'est considérablement modifié. Leur espérance de vie s'est allongée et ils sont généralement en meilleure forme physique qu'auparavant. Ils sont aussi plus actifs et très mobiles. Cependant il existe des limites dont il faut bien tenir compte en particulier pour circuler sur la voie publique.

Ces quelques conseils vous aideront à garder le cap !…

Quels sont les changements dus à l'âge :

- **Vision détériorée** :
  Baisse de l'acuité visuelle en général et particulièrement la nuit - récupération plus lente de la vue après éblouissement .
  Il est indispensable de faire contrôler sa vue régulièrement et éventuellement d'éviter de conduire durant la nuit.

- **Capacités auditives** : elles s'altèrent au fil des ans.
  Là encore **il ne faut pas hésiter à consulter.**

La conduite automobile :

La voiture est souvent synonyme de liberté : c'est un élément essentiel de la mobilité de tout un chacun y compris des séniors que ce soit pour faire des courses, visiter des amis, voyager,
Cependant la conduite automobile exige de bonnes capacités physiques et psychiques, or ces capacités baissent immanquablement avec l'âge.



Police

Les Séniors sur la route ! (Suite)

Réflexes :

Même lorsque les fonctions intellectuelles sont intactes à un âge avancé, le temps de réaction s'allonge.



Dans des situations de trafic très complexes, l'enregistrement de toutes les données et l'analyse de ces informations prendront plus de temps, un sénior réagira plus lentement qu'une personne plus jeune.

Au besoin, il sera **préférable d'éviter les heures de pointe, les itinéraires très chargés et les carrefours complexes. Les conseils à suivre seront de limiter votre vitesse, de garder les distances de sécurité et de préparer à l'avance votre trajet.**

Les maladies et la prise de médicaments :

Certaines pathologies préjudiciables à la sécurité routière augmentent malheureusement avec l'âge. L'hypertension, les troubles cardiovasculaires, le diabète, certaines formes de démences peuvent avoir des effets néfastes sur la conduite automobile.

Les effets de certains médicaments doivent être pris en compte car ils altèrent la vigilance, les capacités de jugement, parfois la vision et la coordination des mouvements.



Afin de détecter à temps les problèmes de santé préjudiciables à la sécurité routière, il est vivement conseillé de demander régulièrement l'avis de son médecin traitant.

Respecter ses limites et se poser les bonnes questions :

En Belgique, le droit de conduire n'est pas soumis à des examens médicaux à partir d'un certain âge (comme c'est le cas dans d'autres pays européens) ou à des stages de recyclage obligatoires. Conduire jusqu'à un âge avancé relève donc de la responsabilité de chacun et il n'y a aucune règle en la matière.

Vous pensez être dans le cas d'une interruption de la conduite automobile, posez vous les bonnes questions :



1. ***Etes vous souvent surpris par une situation inattendue ?***
2. ***Vous arrive-t-il d'apercevoir d'autres usagers au dernier moment ?***
3. ***Eprouvez vous des difficultés à franchir certains carrefours ?***
4. ***Votre entourage (famille ou amis) est il inquiet lorsque vous prenez le volant ?***

En cas de doute, prenez un avis extérieur : soit celui de votre médecin traitant



DEPASSEMENTS PAR LA DROITE ATTENTION, DANGER !



DEPASSER : UNE MANŒUVRE SPECIFIQUE QUI REQUIERT BEAUCOUP DE VIGILANCE !

Doubler par la droite, c'est très dangereux et donc interdit dans la plupart des cas :

Le dépassement par la droite va souvent de pair avec l'utilisation abusive de la bande centrale, les adeptes de la bande centrale constituant un réel danger pour les autres usagers car ils entravent la fluidité du trafic.

Ces deux habitudes : doubler par la droite et utiliser en permanence la bande centrale constituent des fautes de conduite.

Le code de la route précise qu'il faut toujours dépasser par la gauche et il y a très peu d'exceptions à la règle :

1. lorsque celui qui vous précède marque son intention de virer à gauche, vous pouvez le dépasser par la droite en débordant un peu sur l'accotement à condition de ne pas mettre en danger les piétons qui s'y trouvent. Par contre, déborder sur une piste cyclable est interdit.
2. Dépasser un tram dont les rails se trouvent au milieu de la chaussée ;
3. En cas de libre choix de la bande de circulation et dans ce cas si les véhicules de la bande de droite roulent plus vite que ceux des autres bandes (centrale et gauche) n'est pas considéré comme un dépassement.

Quelques conseils pour un dépassement en toute sécurité :

1. **Conservez une distance suffisante** avec le véhicule qui vous précède (distance de sécurité) ;
2. **Vérifiez** si d'autres **véhicules** arrivent en **sens inverse ;**
3. **Contrôlez si un autre véhicule ne vous double** pas ou est sur **le point de le faire ;**
4. **Indiquez votre intention** et déportez vous à gauche ;
5. **Veillez à conserver un espace latéral d'1 m.** entre votre véhicule et celui que vous dépassez ;
6. Lorsque vous apercevez **le véhicule que vous avez dépassé dans votre rétroviseur, il est temps de regagner votre bande de circulation,** actionner votre clignotant droit et déportez vous sur la file de droite.



Des exceptions pour les motos ?

Des motards qui se faufilent entre les files de voitures pour gagner du temps dans les embouteillages, ils dépassent par la droite, est ce permis ?

Cette pratique n'est autorisée que si la file de voitures que le motard dépasse par la droite, est à l'arrêt et dans ce cas, il n'effectue pas un dépassement au sens du code de la route, il continue de rouler.

Cette manœuvre dangereuse requiert beaucoup d'attention de la part des motards car l'espace entre les files de voitures est très limité. Et Attention aux voitures qui changent de bande de circulation au dernier moment !...

<u>En résumé</u> : doubler à droite pour les motards : oui à certaines conditions mais la manœuvre reste délicate, restez donc attentifs et réduisez votre vitesse!



Prévention vols !...

1. **Qui sonne à votre porte ?**

Avant d'ouvrir la porte :

1. **Regardez par la fenêtre**, un judas ou un entrebâilleur (chaîne). Si vous avez un doute sur l'identité de votre visiteur, gardez votre porte fermée !
2. C'est un **représentant, vendeur, agent** de police, employé de l'électricité, des eaux, du gaz etc… Réclamez sa carte de service !…
3. **Vous avez encore un doute**, demandez lui de repasser et entre temps, contactez une personne de confiance ou appelez un service de police (vous pouvez consultez les nouvelles coordonnées de la police de Comines en bas de page)



2. **Comment reconnaitre un employé des eaux, électricité, gaz ou téléphone ?**

- Les **policiers** sont **le plus souvent en uniforme** mais même en civil, il a **toujours une carte de service avec photo**. En cas de doute, il ne forcera pas votre porte et vous conseillera d'appeler le commissariat dont il dépend.



- **Les employés des eaux, du gaz, d'électricité présentent toujours une carte de service avec photo** et surtout ne vous réclameront jamais d'argent pour leur passage, ils portent souvent des vêtements de travail uniformisés.

3. **Refusez l'accès de votre domicile aux inconnus !…**

- **Aux démarcheurs à domicile** pour vente de toutes sortes ;
- **Aux personnes qui utilisent des prétextes** pour entrer comme téléphoner ou aller aux toilettes.

4. **Quand vous sortez :**

- **Gardez vos clefs et votre argent sur vous** et non dans votre sac ;
- **Ne transportez pas de grosses d'argent sans être accompagnée ;**
- **Ne laissez pas votre code confidentiel avec votre carte bancaire ;**
- **Marchez face aux voitures** le plus loin possible de la route et **portez votre sac du côté opposé à la chaussée.**



5. **Police de Comines - nouveaux numéros de téléphone :**

- **Site de Comines (Services « Intervention » et « Recherches » - tel : 056/55.00.55 ;**
- **Site de Warneton (Direction et service « Proximité » - tel : 056.55.00.33 ;**
- **Site internet : www.policedecomines-warneton.be**